

SPF-Föreningarna i Gävle

Motionera Mera - och bli en vinnare!

Motionskortet gäller sex månader under tiden **1 oktober 2022 - 31 mars 2023**.

Alla medlemmar som samlar minst 20 poäng på motionskortet deltar i utlottningen på mötet vid Hälsoveckan 2023.

För att delta i utlottningen skall du meddela dina poäng via mejl till Ingrid Wågberg ingridwagberg68@gmail.com.


På motionskortet noterar Du poäng och bokstav varje gång du motionerar. Se exempel på baksidan!

Lycka till!

Arbetsgruppen Hälsoveckan

Vid ev frågor ring gärna
Ingrid Wågberg 076-895 71 64

 **SPF**
SENIORERNA

 **Studieförbundet
Vuxenskolan**